

奋战备战不停歇，他们是竞技场上的“奋斗者”

本报记者 易龙吟 余敏刚 洪 漩 戴瑞震 丁梦婧



省射击队正在训练

五一小长假,当人们在分享着假期的快乐时,浙江体育健儿们却没有闲着,他们或在全力奋战比赛,或在努力备战比赛,他们用汗水与毅力诠释:劳动节,拼搏过!青年节,奋斗过!



体操系积极备战

田径系 为了梦想 拼搏奋斗

“我们没有节日概念,只有训练计划。”浙江体育职业技术学院田径系主任王孺牛告诉记者,浙江田径健儿们没有五一,只有训练计划,“不光是运动员,所有教练员、后勤人员都没有休息。”努力训练的原因很简单,为了梦想,拼搏奋斗。

比赛大年,对于运动员来说,将要站上人生的“大舞台”,每一

天的训练都很重要。记者获悉,运动员基本都在浙江体育职业技术学院训练,两位重点运动员谢震业、李玲则分别在深圳和北体大训练。

目前,他们将要参加的比赛是6月初在上虞举行的田径冠军赛,尔后是6月底的全运会预赛,“跑跳项目只有进入前24名才能

取得预赛资格,投掷项目则是前20名。”王孺牛表示,对于年轻运动员来说,全力冲击全运会是今年的重要目标,“全系有50-60名运动员参赛,我们争取能有三分之二运动员取得全运会参赛资格。”为了获取参赛资格,年轻队员们也要上紧一根弦,充分利用训练时间努力提升自我。

备战全运不停歇 用汗水谱写赞歌

除此之外,五一假期,大球系召开了五人制篮球男子成年组出征动员会。浙江体彩男排的队员张景胤、杨一鸣在五一期间跟随国家队在日本与日本男排进行友谊赛,浙江体彩男排在学院继续正常训练。

智力运动管理中心的运动员们照常训练,国际象棋队的两名运动员在深圳训练。省射击队正在进行日常训练,全运临近队员们也都进入了全运备战的节奏。5月7日,全国射击冠军赛即将在江西南昌拉开战幕,这个五一假期队员们注定要在紧张的备战中度过了。场地自行车队则在启程出发前往广州,5月8日,这里将进行全国场地自行车锦标赛,这也全运会积分赛的第三场。山地自行车则在衢州常山进行日常训练,5月3日队伍转至徐州睢宁,进行赛前训练,备战全国山地车锦标赛。

在这个属于劳动人民的节日里,奋斗的他们用自己的辛勤与汗水谱写了一首最美的训练赞歌。

小球系 赛场称霸 奋勇争金

浙江体育职业技术学院网球场上,吴易昺、何叶聪等人正在顶着30度的高温天气训练。刚刚参加完全运会网球预赛体能测试的他们,今年的目标很明确,就是在陕西拼出最佳水平,在男单、混双等优势项目上争取夺金。

浙江羽毛球队五一假期则在备战羽毛球冠军赛。其中陈雨菲在五一当天的女单半决赛中,首局19:13领先的情况下,遭遇到对手王祉怡的退赛,成功晋级冠军争夺战。赛后陈雨菲表示:“赛前做好了很艰苦的准备,和对手也比较熟悉了,就想

办法去限制她的发挥。虽然这段时间没有去参加国际比赛,但一直在调整状态,希望能在马来西亚的比赛中找到自己的节奏,发现问题,寻找在国际赛场的感觉。”随后又在决赛中夺冠,继去年全锦赛后再次展现自己的强大实力。

用奔波,却同样也是坚守训练。其中,艺术体操将于5月底参加全运会预选赛,这对于训练许久的艺体小花们而言也是一次时隔半年之久的考验。让我们一起期待她们在比赛中稳扎稳打,尽力做好自己。

体操系 坚守训练 期待出征

“五一假期对于教练员、运动员来说,那是劳动惯了的!”体操系主教练陈红笑着说,对于自己和小队员们而言,今年的五一似乎更有意义。“每年的全国锦标赛都在5月上旬,今年5月1号正是我们出征的日子。”

据了解,陈红带领约二十余人的队伍在5月1日一早浩浩荡荡赶往机场,赶赴在成都举行的2021年全国体操锦标赛暨东京奥运会选拔赛、第十四届全运会体操资格赛。

蹦技队和艺术体操队虽然不

“两刷”世界青年纪录 小花余依婷用苦练链接天赋

本报记者 王宇怀

“我的脸都笑僵了。”浙江小花余依婷边说边用力揉脸,但还是忍俊不禁。

五一期间,不满16岁的余依婷在2021年全国游泳冠军赛暨东京奥运会选拔赛上两次刷新女子200米个人混合泳世界青年纪录:她在5月2日晚的预赛中游出了2分09秒88,改写日本名将池江璃花子在2017年创造的2分09秒98的世界青年纪录;5月4日决赛,她更进一步,把世界青年纪录的“标杆”提高到了2分09秒64,在今年的世界排行榜上可列第六位。5月1日,她还在女子400米混合泳上游出4分37秒88摘金,并达到奥运A标。

“赛前教练没有特别说很多的战术,让我跟着感觉走。我没有压力,就想全力再冲一枪。赛后教练说‘游得挺好’,真开心,我又提高成绩了。”余依婷脖子上挂着金牌,手

里摆弄着吉祥物,满脸喜滋滋的。

余依婷于8岁开始游泳,小学时是班长,边学边练。父亲余志良认为女儿能取得今天的成绩,是因为坚持与刻苦。他说,女儿在读幼儿园大班时,游泳教练在学生中挑选了身高臂长、身体条件出众的14位小朋友参加专业的游泳学习训练,其中就有余依婷。但3年后,这14名孩子中只有余依婷一人在坚持游泳训练。

2015年,余依婷顺利进入浙江省队,师从教练汪海波。在教练看来,弟子的身体素质好、力量大、自控力强、脑子清楚,训练自觉刻苦,是“不用操心的孩子”。

2020年底,余依婷跟随汪海波入选国家队,加强了体能训练,目前每堂水上课大约游7000米,每周三次陆上课。“在国家队训练很系统,而且一心钻在训练,力量和体能一下子提高了很多。教练

给我基础打得好,我的核心力量还可以,长跑是短板。”

然而国家队的训练强度非常大,从早上6点50一直到晚上9点,吃饭、训练、休息、按摩占据了所有时间,余依婷最大的心愿是“只想睡觉”。

在国家队,余依婷收获了一个同叫“婷婷”的小姐妹——唐钱婷,唐钱婷是蛙泳高手,日前刚刚游出近11年来中国女子100米蛙泳的最好成绩。“她的小名也叫婷婷,我们小时候一起比赛就认识,到了国家队后每天和小唐都很开心,一看到她就想笑。”

余依婷自称“性格外向、爱说爱笑,是大家的开心果”:“但我每天都会练哭,哭了还得继续游、继续顶、咬着牙游。教练说‘顶啊,你不顶谁顶’。”

余依婷目前身高1米73,体重63公斤,在游泳运动员中属于

“袖珍型”。“我小时候很高的,只是现在好像不长了。我的特点就是没有特点,都靠自己的努力。仰泳还需要强化。”

说起偶像,余依婷首推世界纪录保持者、匈牙利名将霍苏,还有身边的榜样叶诗文。“小叶姐的心态、包括她从低谷坚持到现在的努力都值得我学习,因为一个运动员不会永远在巅峰,我很能体会她的心情。她也经常给我建议、给我打气,像前天预赛,我都没有想到我能游进2分10秒以内,她说‘你一定可以的’,结果我真的成功了。”

东京奥运会延期一年举行,对年轻的余依婷来说是难得的机会。她说:“一年前我还没有想过参加奥运会的事情,奥运延期给了我时间去训练。我的奥运目标是提高自己、发挥出训练水平、创造好成绩。”